

## АННОТАЦИЯ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

Индекс	Наименование	Краткое содержание (через основные дидактические единицы)	Коды формируемых компетенций	Объем, ч.	Вид промежуточной аттестации		
					Экзамен	Зачет	Диф.зачет
ОГСЭ.04	Физическая культура	<p>Раздел 1. Основы физической культуры</p> <p>1.1. Физическая культура в профессиональной подготовке студентов и социокультурное развитие личности студента</p> <p>Раздел 2. Легкая атлетика</p> <p>2.1 Бег на короткие дистанции.</p> <p>2.2 Кроссовая подготовка</p> <p>2.3 Бег на средние дистанции</p> <p>2.4 Бег на длинные дистанции</p> <p>2.5 Бег на короткие, средние и длинные дистанции</p> <p>Раздел 3. Баскетбол</p> <p>3.1 Ведение мяча, передачи и броски мяча в кольцо с места</p> <p>3.2 Ведение и передачи мяча в движении, бросок в кольцо после ведения мяча</p> <p>3.3 Штрафной бросок, правила игры в баскетбол, игра в баскетбол</p> <p>3.4 Совершенствование техники владения баскетбольным мячом</p> <p>Раздел 4. Волейбол</p> <p>4.1 Стойка игрока, перемещения, передачи мяча сверху двумя руками, приема мяча снизу двумя руками</p> <p>4.2 Поддачи и прием мяча от нее</p> <p>4.3 Нападающий удар, блокирование</p> <p>4.4 Совершенствование технических</p>	ОК-1-13	344		X	X

		<p>элементов волейбола</p> <p>Раздел 5. Лыжная подготовка</p> <p>5.1 Попеременный двухшажный ход. Подъем и спуск в основной стойке. Торможение «плугом».</p> <p>5.2 Одновременный бесшажный и одношажный ход, подъем способом «полуёлочка»,</p> <p>5.3 Поворот «переступанием», «полуплугом».</p> <p>Переход с хода на ход. 5.4 Совершенствование техники лыжных ходов</p> <p>Раздел 6. Оздоровительная гимнастика</p> <p>6.1 Фитбол – гимнастика</p> <p>6.2 Стретчинг</p> <p>6.3 Строевые упражнения, висы, упоры, упражнение в равновесии</p> <p>6.4 Организация и методика проведения корригирующей гимнастики при нарушениях осанки</p> <p>Раздел 7 Оценка уровня физического развития</p> <p>7.1 Основы тестирования занимающихся физическими упражнениями</p> <p>7.2 Методы контроля физического состояния здоровья, самоконтроль</p>					
--	--	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--	--	--	--	--